

# اپنے حقوق جانیں



آپ کو امریکہ میں کام کرتے ہوئے حقوق حاصل ہیں۔

تو می انسد اد انسانی اسمگنگ ہٹ لائن ۱-۳۷۳-۸۸۸-۸۸۸

(امریکہ کے اندر)

”مدد“ لکھ کر ۳۷۳-۸۸۸ پر سچ کریں (امریکہ کے اندر) یا یہ میں ٹریکنگ ہٹ لائن

[HELP@HUMANTRAFFICKINGHOTLINE.ORG](mailto:HELP@HUMANTRAFFICKINGHOTLINE.ORG)



## اپنے حقوق جانیں

جب آپ امریکہ میں مقیم ہوں، آپ کو درج ذیل حقوق حاصل ہیں:

### • منصفانہ تشویاہ یا نے کا حق

### • صحیت منداور محفوظ کام کی جگہ پر کام کرنے کا حق

• یوں ہیں، تارکین وطن، اور مزدور حقوق کے گروہوں / یوں ہیں سے مدد مانگنے کا حق

### ۰. غیر محفوظ نوکری چھوڑنے کا حق

#### ۰ امتیاز، ہر انسانی، اور استحصال سے آزادی کا حق

ان حقوق کے بارے میں مزید معلومات کے لیے [MigrantWorker.gov](http://MigrantWorker.gov) پر جائیں۔

اگر آپ کے حقوق کی خلاف ورزی ہوئی ہے، تو قومی انساد انسانی اسٹیکل بہت لائن سے ۷۸۸۸-۳۷۴۳-۸۸۸۱ پر ارتباط کریں (امریکہ کے اندر)، "مد" الکٹریک کر پر اسٹیکل کریں (امریکہ کے اندر)، یا [humantraffickinghotline.org/help](http://humantraffickinghotline.org/help) پر ای میل کریں۔

یہ کارکنگام، خفیہ، اور محفوظار کی جاتی ہیں چاہے ایمگرینش کی جیشت پکھی ہو۔ تربیت یافتہ ماہرین ۲۰۰ سے زیادہ زبانوں میں مدد کے لیے دستیاب ہیں۔ مزید معلومات کے لیے [humantraffickinghotline.org](http://humantraffickinghotline.org) پر جاگئیں۔

اگر آپ امریکہ میں ہوں اور آپ کو کسی فوری خطرے کا سامنا ہو، تو مقابی پولیس سے رابط کرنے کے لیے ۱۱۹ پر کال کریں۔ ہنگامی صورتحال، اپنی جگہ، اور جس قونینہر سے کال کر رہے ہیں، وہ بتائیں۔ اگر ضرورت ہو تو مورث جم دستیاب ہیں۔

۱۰ اپنے بیٹے اخڑو کے دوران ملے گا، جب کوئی نسل آفسر کی تقدیم کرنی ہوگی کہ آپ نے یہ پکنٹ وصول کر لیا ہے، پڑھ لیا ہے، اور اس کی معلومات کو سمجھ لیا ہے، اس سے پہلے کہ آپ کو وہی جاری کیا جائے۔

امریکی کو نسل آفریس ز آپ کو امریکہ میں آپ کے حقوق سمجھنے میں مدد کرنا چاہتے ہیں اور آپ کے کسی بھی سوال کا جواب دینے کے لیے دستیاب ہیں۔

آپ امریکہ میں اپنے تو نصل خانے سے بھی مدد حاصل کر سکتے ہیں، جو امریکی محلہ لیئر تو نصل پارٹر شپ پرو گرام (سی پی پی) کے ذریعے کام کرتا ہے۔

سی پی پی کے تحت، آپ کا قو نصل غانہ آپ کی مدد کر سکتا ہے، وسائل تلاش کرنے میں آپ کی رہنمائی کر سکتا ہے، اور اگر آپ کو گلتا ہے کہ آپ کے

حقوق کی خلاف ورزی ہوئی ہے تو شکایت درج کرنے میں آپ کی مدد کر سکتا ہے۔ پارٹنر ممالک کی فہرست کے لیے درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں:

[dol.gov/general/migrantworker/support](http://dol.gov/general/migrantworker/support)

# U.S. DEPARTMENT *of* STATE

چاہے آپ کی ایمگر یشن کی حیثیت کچھ بھی ہو، آپ کے حقوق ہیں۔

آپ کا آجر آپ کو آپ کے حقوق استعمال کرنے پر بر طرف نہیں کر سکتا، آپ کے ساتھ بد سلوکی نہیں کر سکتا، یا آپ کی تنخواہ دینے سے انکار نہیں کر سکتا۔

**آپ کو درج ذیل حقوق حاصل ہیں:**

**ا۔ منصناہ تنخواہ پانے کا حق**

۰ آپ کے آجر کو آپ کے تمام کام کی ادائیگی کرنی چاہیے۔ زیادہ تنخواہ پر کریوں کے لیے آپ کے آجر کو آپ کو کم از کم وفاقی قانونی کم سے کم اجرت ادا کرنی چاہیے۔

۰ اگر آپ کسی ایسے ریاست، شہر، کاؤنٹی، یا علاقے میں کام کرتے ہیں جہاں کم سے کم اجرت کی شرح زیادہ ہے، تو آپ کے آجر کو آپ کو وفاقی کم سے کم اجرت سے زیادہ ادا کرنا چاہیے۔

۰ اگر آپ کے کام کا معابدہ یا درجہ گرام اس کیا لیت رکھتا ہے، تو آپ کو زیادہ تنخواہ ملنی چاہیے۔

۰ اگر آپ ہفتے میں ۲۰ گھنٹے سے زیادہ کام کرتے ہیں، تو آپ کے آجر کو اضافی گھنٹوں کے لیے آپ کی عام تنخواہ کا ۱۵ گنا ادا کرنا پڑ سکتا ہے۔ مثال کے طور پر، اگر آپ کی تنخواہ ۱۰ ڈالر فی گھنٹہ ہو، تو آپ کو ہر اضافی گھنٹے کے لیے آپ کو ۵ ڈالر مل سکتے ہیں۔

۰ اگر آپ کا آجر آپ کی تنخواہ سے رقم کا تباہ ہے، تو یہ کوئی ہے۔ آپ کی اجرتی دستاویز (جیسے "پے اسٹب" بھی کہتے ہیں) میں ہر کوئی کو ظاہر کرنا چاہیے۔ کوئی تباہ ان چیزوں کے لیے ہو سکتی ہیں جو آپ نے آزادانہ طور پر منتسب کی ہیں، جیسے صحت اشورنس یا یونین کی رکنیت کی فیس، اور کچھ ٹیکسٹس کے لیے بھی کوئی تباہ ہو سکتی ہیں۔

۰ عام طور پر آپ کا آجر آپ کی تنخواہ سے یا آپ سے یو نیفارم، خلائقی سامان، ضروری اوزار، سپائی، سامان، یا بھرتی کی فیس وصول نہیں کر سکتا۔ کچھ ویزوں کے لیے، رہائش مفت فرایم کی جانی چاہیے۔

۰ آپ کا آجر آپ کو آپ کی تنخواہ، کام کے اوقات، اور دیگر حقوق کے بارے میں پوچھنے، مکایت درج کرنے، یا اجرت اور گھنٹے کی تحقیقات میں تعاون کرنے پر بدل لینے، ہر اس کرنے، دھکانے، یا منفی کارروائی کرنے کا مجاز نہیں ہے۔

۰ اگر آپ کے اجرت یا تنخواہ کے بارے میں سوالات یا خدشات ہیں، تو ۸۲۲-۸۸۷-۹۲۳۳-۱ پر کال کریں یا مقامی اجرت اور گھنٹے کے دفتر سے رابطہ کریں:

[dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices](http://dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices)

---

۱۔ موجودہ کم سے کم اجرت کے لیے [dol.gov/whd/minimumwage.htm](http://dol.gov/whd/minimumwage.htm) پر جائیں۔



ٹپ: آپ کے قیام کی مدت کے لحاظ سے، ممکن ہے کہ آپ کے لئے امریکہ میں رہتے ہوئے صحت انفورنس لیما لازمی ہو۔ آپ صحت انفورنس کی لاگت کو کم کرنے کے لیے مالی امداد کے اہل بھی ہو سکتے ہیں۔

## ۲۔ صحت مند اور محفوظ کام کی جگہ پر کام کرنے کا حق

**محفوظ کام کی جگہ:** آپ کے آجر کی ذمہ داری ہے کہ آپ کی کام کی جگہ کو صحت مند اور محفوظ رکھا جائے۔

**ترہیت:** آپ کے آجر کو آپ کو کام کے خطرات، چوٹ یا خادیث سے بچنے کے طریقے، اور آپ کی کام کی جگہ کے خلافی اور صحت کے قواعد کے بارے میں مناسب معلومات اور ترہیت فراہم کرنی چاہیے۔ ترہیت ایسی زبان میں ہوئی چاہیے جو آپ سمجھتے ہوں۔

**ضروری خلافتی سامان:** آپ کو ضروری خلافتی سامان، جیسے دستانے یا گرنے سے بچاؤ کے لیے ہارنس اور لاکٹ لائن، وصول کرنے کا حق ہے، اور آپ کے آجر کو آپ کو یہ سامان صحیح طریقے سے استعمال کرنے کا طریقہ سکھانا چاہیے۔

کام سے متعلقہ چوٹوں اور پاریاریوں کی رپورٹ کریں: آپ کو چوٹ یا پاریاری کی رپورٹ کرنے کا حق ہے، اور آپ کے آجر سے اپنے طی ریکارڈز کو دیکھنے اور ان کی نقل و حمل کرنے کا حق ہے۔

**خلافت اور صحت کیے حوالے سے ٹکاٹیت درج کریں:** اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کا کام غیر محفوظ ہے یا آپ کی صحت کے لیے خطرناک ہے، تو آپ (یا آپ کی طرف سے کوئی نمائندہ) آئیوینٹشل سیفٹی اینڈ ہیلتھ ایڈمنیسٹریشن (اوائیس ایچ اے) کے ساتھ ایک خفیہ ٹکاٹیت درج کر سکتے ہیں۔ اگر ممکن ہو تو، آپ اپنے آجر کو غیر محفوظ حالات کے بارے میں بتاتے ہیں تو ایک اور ساتھی کارکن کو گواہ کے طور پر لانا اچھا نہیں ہے، اور اپنے خادیث کو یکیستہ تیج یا ای میل کے ذریعے بھی بیان کریں تاکہ تحریری ریکارڈ موجود ہو۔ آپ اوائیس ایچ اے کے معائنے کاروں سے غنی اور خفیہ طور پر بات کر سکتے ہیں اور کام کی جگہ کے خطرات کو تلاش کرنے کے لیے کیے گئے معائنے یا ٹیکسٹ کے متأجج کیکھ سکتے ہیں۔

**انفارمی کاروائی سے تخفیط:** آپ کام کی جگہ پر خطرات کے بارے میں آواز اٹھا سکتے ہیں۔ اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کا آجر آپ کو خلافت اور صحت کے خطرات کے بارے میں خادیث ظاہر کرنے پر سزا دے رہا ہے، تو آپ کو اوائیس ایچ اے کے ساتھ ٹکاٹیت درج کرنے کا حق ہے۔ اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کو خادیث ظاہر کرنے پر سزا دی جا رہی ہے، تو مبینہ سزا کے ۳۰ دنوں کے اندر ٹکاٹیت درج کریں۔ مزید معلومات کے لیے درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں:



**ٹھپ:** امریکہ جانے سے پہلے، مہاجر مزدور تنقیموں یا سابق مہاجر مزدوروں سے مشورہ ہیں۔ وہ آپ کو ایسے افراد یا تنقیموں کے نام اور نمبر دے سکتے ہیں جن سے آپ امریکہ میں ہونے پر مسائل یا سوالات کی صورت میں رابطہ کر سکتے ہیں۔

**اویس ایچ اے کا رکن حقوق کے بارے میں مزید معلومات کے لیے درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں:** [osha.gov/workers](http://osha.gov/workers)

**ٹھی علاج:** اگر آپ کو ضرورت ہو تو آپ خود ڈاکٹر یا نر سے مل سکتے ہیں۔ اگر آپ کو کام کی وجہ سے چوت لگتی ہے یا بیماری ہوتی ہے، تو آپ کے آجر کو آپ کے اخراجات اور آپ کی کچھ متاثرہ تنخواہ ادا کرنی چاہیے۔ ڈاکٹر، کلینیک، یا ہسپتال سے حاصل ہونے والے کسی بھی دستاویز کی نقول طلب کریں۔ زیادہ تر معاملات میں، آپ کام سے متعلق چٹوں یا بیماریوں کے لیے مالی معاوضہ (ورکر کمپنیشن) کے لیے درخواست دے سکتے ہیں، جو آپ کی کام کی جگہ والی ریاست میں ہو۔ اپنے مقامی دفتر کو علاش کرنے کے لیے درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں:

[dol.gov/agencies/owcp/wc](http://dol.gov/agencies/owcp/wc)

**رہائش:** اگر آپ کا آجر رہائش فراہم کرتا ہے، تو یہ صاف اور محفوظ ہونی چاہیے۔ آپ کو پہنچ رہائش سے آزادانہ طور پر جانے کی اجازت ہونی چاہیے۔

**باتحروم:** باتحروم صاف اور آسانی سے قابل رسائی ہونے چاہئیں۔ آپ کے آجر کو آپ کو باتحروم استعمال کرنے کی اجازت دینی چاہیے جب بھی آپ کو ضرورت ہو، اور باتھر دھونے کے لیے پانی اور صابن یا صفائی کے دیگر سامان کے ساتھ صفائی کے لئے مناسب جگہ فراہم کرنی چاہئے۔

**پینے کا صاف پانی:** آپ کو مفت صاف پینے کا پانی موصول کرنے کا حق ہے۔

**درجہ حرارت:** اویس ایچ اے کے تحت آجر کو آپ کو انتہائی درجہ حرارت سے بچانا چاہیے اور گرمی کی بیماریوں سے بچا کے لیے ایک حکمت عملی کا ہونا لازمی ہے۔

اگر آپ کی بڑوں کی روک تھام کے پرے یا خطرناک کیمیکلز کے ساتھ یا ان کے آس پاس کام کر رہے ہیں، تو آپ کے آجر کو یہ یقینی بنا چاہیے کہ:

آپ کے پاس باتھر دھونے کے لیے صابن اور پانی موجود ہو۔

کام کے لیے درکار حفاظتی سامان (جیسے ریپارٹری یا دستنے) فراہم کرے اور آپ کو اسے صحیح طریقے سے استعمال کرنے کا طریقہ سکھائے۔



۰۰ آپ کو کام کی جگہ پر استعمال ہونے والے کیمیکلز کے حوالے سے معاوضہ دار تربیت دی جائے تاکہ آپ ان کیمیکلز کے خطرات کو سمجھ سکیں جن کے ساتھ آپ کام کر رہے ہیں۔

۰ آپ کو یہ بتایا جائے کہ کمیکل کہاں اور کب چھڑ کیا گیا ہے تاکہ خاد ثانی طور پر متاثر ہونے سے بچا جاسکے اور یہ کہ ان علاقوں میں داخل ہونا محفوظ ہے۔ ان علاقوں سے بچیں جیساں کیروں کی روک تھام کا پرے استعمال ہو رہا ہو۔

اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کا کام غیر مکھوڑ ہے اور آپ معاشرے یا اپنے حقوق کے بارے میں مزید معلومات چاہتے ہیں، تو ۱-۸۶۶-۲۷۳-۱۰۰۱ ایسے ڈی اے ایل پر کال کریں یا ٹکمہ مختت کا ویب سائٹ [migrantworker.gov.dol.gov](http://migrantworker.gov.dol.gov) پر رہائے کریں۔

اگر آپ اچ-12 کا رکن ہیں اور آپ کے کام کی جگہ، برائش، یا نقل و حمل کی محنت اور حفاظت کے بارے میں سوالات یا خدشات ہیں، تو ۸۲۶-۱۸۷۶-۰۲۳۳ کا لکل کریں یا مقامی اجتہاد فریت کے راستے پر رابطہ کریں: dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices:

۳۔ یونیون، تارکین و طن، اور مزدور حقوق کے گروپوں سے مدد طلب کریں

زیادہ تر معاملات میں، آپ کو درج ذیل حقوق حاصل ہیں:

۱۰۔ اپنے ساتھی کارکنوں کے ساتھ مل کر اپنے آجر سے بہتر اجرت یا کام کی حالات کا مطالباً کرنے کا حق۔

• اپنی نوکری میں یو نیم بنانے، شامل ہونے، اور اس کی محاذیت کرنے کا حق۔ ان حقوق کے بارے میں مزید جانے کے لیے درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں:

[nlab.gov](http://nlab.gov)

۰ بہتر اجرت یا کام کی حالات کے لیے عوامی تقریروں، رلیوں، اور مظاہروں میں شرکت کا حق۔

## ۲- نوکری چھوڑنا

۱۰۔ اگر آپ کا آجر آپ کے ساتھ بد سلوکی کر رہا ہے یا اگر آپ خود کو محفوظ محسوس نہیں کرتے، تو آپ کو اپنی نوکری میں رہنے کی ضرورت نہیں ہے۔

آپ قوی انسداد انسانی اسکلائگ ہاٹ لائئن سے ۷۸۸۸-۷۳۷۸۸-۳۷۳-۸۸۸-۸۸۸-۱ پر رابطہ کر سکتے ہیں۔

۱۰۔ اگر آپ اپنے آجر کو چھوڑتے ہیں، تو آپ کی امیگرینشن کی حیثیت ختم ہو جائے گی، لیکن آپ اس حیثیت تبدیل کر سکتے ہیں یا کسی نے آجر کے لیے کام کر سکتے ہیں جو آپ کو سانسکر کے۔ اگر آپ کے آجر کی لمبیرا بھی کے ذریعے تحقیقات ہو رہی ہیں، تو آپ کو عارضی طور پر ملازمت سے بہائے جانے سے تحریف اور عارضی کام کی جاگزت مل سکتی ہے۔ مزید تفصیلات کے لیے درج ذیل دیہ سائنس پر جائیں: [dhs.gov/enforcement-labor](http://dhs.gov/enforcement-labor)

## and-employment-laws

چاہے آپ کی ایمگرینٹ کی حیثیت کچھ بھی ہو، اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ اسٹکلگ کا غکار ہیں، تو آپ قومی انسانی اسٹکلگ ہاٹ لائنز سے ۱-۸۸۸-۷۴۳-۷۴۳ پر مدد کے لیے رابطہ کر سکتے ہیں، یا قومی لیپریلیشز بورڈ سے ۷۴۲-۷۴۵-۷۴۲-۷۴۳ اپر رابطہ کر کے بھی ایمگرینٹ کو آرڈنیٹر سے بات کر سکتے ہیں۔

مزدوروں کے لیے مزید سائل اور امریکی حکومت میں مخصوص خدمات کے لیے کس سے رابطہ کرتا ہے، اس کے لیے درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں:

[MigrantWorker.gov](http://MigrantWorker.gov) / [TrabajadorMigrante.gov](http://TrabajadorMigrante.gov)

## ۵۔ امتیاز اور ہر انسانی سے آزادی

۰ آپ کا آخر آپ کے ساتھ عمر (اگر آپ ۳۰ سال یا اس سے زیاد ہیں)، جنس، نسل، قومیت اور علاقائیت، رنگ، مذہب، جینیاتی معلومات (خاندانی طی تاریخیت)، یا مدنوری کی بنیاد پر مختلف یا بر اسلوک نہیں کر سکتا۔

۰ امتیازی سلوک کی شکایت درج کرنے کے لیے درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں:

[www.eeoc.gov/how-file-charge-employment-discrimination](http://www.eeoc.gov/how-file-charge-employment-discrimination)

۰ اگر آپ کو شہریت کی بنیاد پر امتیازی سلوک کا سامنا ہے، تو درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں:

[www.justice.gov/crt/filing-charge](http://www.justice.gov/crt/filing-charge)

کوئی بھی آپ کو زبانی، جسمانی، یا جنسی طور پر ہر اس نہیں کر سکتا۔

## ۶۔ اسحصال سے آزادی

۰ کسی کو بھی آپ کا جنسی اسحصال کرنے کا حق نہیں ہے، جس میں جنسی طور پر چھونا، یا آپ کو کسی جنسی عمل جیسے بوسہ لینا، جنسی تعلقات، منہ کے ذریعے شہوانی عمل، یا قابل اعتراض جنسی مواد دیکھنے پر مجبور کرنا، دھوکہ دینا، یا زبردستی کرنا شامل ہے۔

۰ مزدور کے اسحصال اور انسانی اسٹکلگ کے بارے میں مزید معلومات کے لیے صفحہ ۱۲ دیکھیں۔

اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کے حقوق کی خلاف ورزی ہوئی ہے، تو اس کی روپرث قومی انسداد انسانی اسٹکلگ ہاٹ لائنز کو ۱-۸۸۸-۷۴۳-۷۴۳ پر کریں (امریکہ کے اندر)، یا اس پنفلٹ کے صفحات ۱۵ اور ۱۶ پر درج ویب سائٹس میں سے کسی ایک پر جائیں۔ اگر آپ انگریزی نہیں بولتے، تو مترجم کی درخواست کریں۔





**ٹپ:** آپ کے آجر، ٹھیکیڈار، یا بھرتی کرنے والے کی طرف سے دیا گیا قانونی مشورہ جانبدار ہو سکتا ہے۔ ایک آزادوں کیل سے مشورہ حاصل کریں۔

## غیر امیگرنٹ حیثیت بر مبنی اضافی حقوق

اے۔ ۳، جی۔ ۵، نیٹو۔ ۷، اور نی۔ ۱۰ ملازم

آپ کے آجر کو آپ کو ایک کام کا معاہدہ فرما ہم کرنا چاہیے جو امریکی قانون کے مطابق ہو، یہاں مول درج ذیل تھا:۔  
معاہدہ ایسی زبان میں ہو جو آپ سمجھتے ہوں۔

۰۰۰ آپ کی فی گھنٹہ اجرت کا ذکر ہو، جو وفاقی، ریاستی، پامقانی کم سے کم اجرت میں سے سب سے زیادہ ہوئی چاہیے۔

- یہ بیان ہو کہ آجر مفت رہائش اور رکھانا فرایم کرے گا (اگر آپ آجر کی رہائش گاہ پر رہ رہے ہوں)، اور دو طرفہ ہوائی سفر کرایہ فرایم کرے گا۔
- یہ بیان ہو کہ آجر کو آپ کی نوکری ثابت کرنے سے پہلے کتنا وقت دینا ہوگا، اور اگر آپ نوکری چھوڑنے کا ارادہ رکھتے ہیں تو آپ کو آجر کو کتنا وقت دینا

۱۰۔ امریکی گھریلو ملازمین کے لیے درکار دیگر فوائد جیسے معاوضہ دار و قے، بغیر تنخواہ کے پیاری کی صورت میں چھٹی، اور کارکنوں کا معاوضہ شامل ہوں۔

اس بات کو تین بناوں کہ آپ معاہدے کو سمجھتے ہیں اور اس کی ایک نقل حاصل کریں۔ اگر آپ معاہدے کی زبان نہیں سمجھتے، تو اس پر دخالت نہ کریں۔

۱۔۔۔۔۔، جی۔۔۔۔۔، اور نیٹو۔۔۔۔۔ گھر پیو ملازمین کے لیے اضافی تقاضے

کم از کم، معاهدے میں درج ذیل شامل ہونا چاہیے:

۰ آپ کے آجر کا ہے وعدہ کہ وہ تمام امریکی قوانین پر عمل کرے گا۔

۵۰ یہ معلومات کہ آپ کو کتنی بار تنخواہ ملے گی، آپ کو تنخواہ کیسے ملے گی، آپ کے کام کے فرائض، ہفتہ وار کام کے اوقات، تعطیلات، بیماری کی صورت میں چھٹی، اور چھٹی کے دن کون سے ہیں۔

۰۰۰ آپ کے آج کا ہے وعدہ کہ وہ آپ کا یا سپورٹ، کام کا معاپدہ، یاد گیر ذاتی سامان آپ سے ضبط نہیں کرے گا۔



## اچ-۱۲-۱ے عارضی زرعی کارکن ویزا

آپ کو نوکری حاصل کرنے کے لیے کبھی بھی فیس ادا نہیں کرنی چاہیے۔ اگر کوئی آپ سے فیس طلب کرے، اور اگر آپ اپنے ملک میں ہیں تو اپنے مقامی امریکی سفارت خانے یا توصل خانے سے رابط کریں، یا اگر آپ امریکہ میں ہیں تو اجرت اور اوقات کار فویزین سے ۹۲۳۳-۸۸۷۷-۳۸۲۲-۱ پر رابط کریں۔

۰ آپ کا آجر یا آجر کے ساتھ کام کرنے والا کوئی بھی شخص آپ کو قرض میں ڈالنے یا قرض ادا کرنے پر مجبور نہیں کر سکتا۔ اگر ایسا ہوتا ہے، اور اگر آپ امریکہ میں ہیں تو قوی انسد انسانی اسٹکٹ ہاتھ لائیں سے ۷۸۸۸-۳۷۳۱-۱۰ کال کریں، یا اگر آپ اپنے ملک میں ہیں تو اپنے مقامی امریکی سفارت خانے یا توصل خانے سے رابط کریں۔

آپ کے آجر پر لازم ہے کہ:

۰ آپ کو کم از کم مینے میں دوبار آپ کے تمام کام کی ادائیگی کرنی چاہیے، جو آپ کے کام کے آرڈر یا معاہدے میں درج شرح کے مطابق ہو، اور آپ کے کام کے معاہدے کے مطابق اوقات کے دوران سر انجام دیا گیا ہو۔ اجرت کی تحریف، فاقہ، ریاتی، یا تھانی کم سے کم اجرت سے زیادہ ہو سکتی ہے۔

۰ آپ کو بھرتی کی جگہ سے کام کی جگہ تک نقل و حمل اور اس سفر کے دوران روزانہ کھانے کے اخراجات فرایم کرنا یا ادا کرنا چاہیے، یا آپ کو ان اخراجات کی وابسی کرنی چاہیے جب آپ اپنے کام کے معاہدے کے مطابق کام کے نصف وقت کو پورا کر لیں۔

۰ اگر آپ کی تحریف اخراجات کے بغیر امریکی کم سے کم اجرت سے کم ہو، تو پہلے کام کے بھتے میں آپ کے کام کی جگہ تک سفر اور ویزا کے اخراجات کی وابسی کرنی چاہیے۔

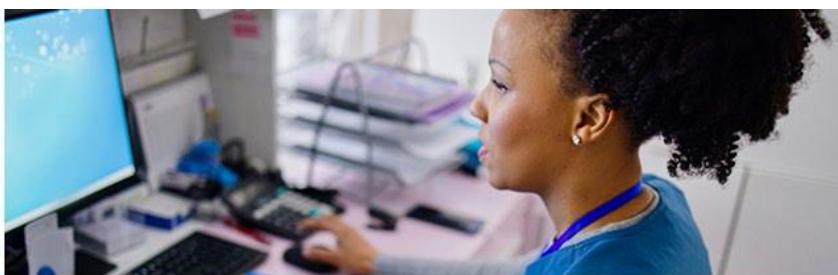
اگر آپ اچ-۱۲-۱ے یا اچ-۱۲-۲-بی کارکن ہیں اور آپ کے اپنے حقوق کے بارے میں سوالات یا غدشتات ہیں، ۹۲۳۳-۸۸۷۷-۱۰ کال کریں یا مقامی اجرت اور اوقات کار کے دفتر سے رابط کریں: [www.dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices](http://www.dol.gov/agencies/whd/contact/local-offices)

## اچ-۱۲-۱ے عارضی زرعی کارکنوں کے لیے:

آپ کے آجر پر لازم ہے کہ:

۰ آپ کو ایک تحریری کام کا معاہدہ فرایم کرنا چاہیے جو آپ کی سمجھ میں آنے والی زبان میں درج ہو۔ اس میں آپ کی تحریف، نوکری کی مدت، کام کے اوقات، فوائد (جیسے نقل و حمل، رہائش اور کھانا یا کھانا پکانے کی سہولیات)، اور آپ کی تحریف سے کٹو یوں کی تفصیلات شامل ہونی چاہئیں۔ جب آپ

اچ-۱۲-۱ے نوکری پر کام کر رہے ہوں، تو آپ کی تحریف سے امریکی سو شل سیکیورٹی اور طی امداد کے لیے کوئی ایسا نہیں ہونی چاہئیں۔



- ۰ آپ کو مفت، محفوظ اور صاف رہائش فراہم کرنا چاہیے۔
- ۰ آپ کو فراہم کر دہ رہائش سے کام کی جگہ تک مفت نقل و حمل فراہم کرنا چاہیے۔
- ۰ لائنس یافتہ رائیورز کے ذریعے محفوظ نقل و حمل کا ذریعہ فراہم کرنا چاہیے، جو مناسب انفورنس والی گاڑیوں میں ہوں اور تمام ضروری حفاظتی سامان کے ساتھ رہیں ہوں۔
- ۰ روزانہ ۳ بار کھانا فراہم کرنا چاہیے، یا کھانا پاکنے کی جگہ جو مفت اور آسانی سے استعمال کے لیے دستیاب ہو۔
- ۰ آپ کو سرکاری کار کوں یا قانونی نمائندوں سے ملتے سے روکنایا سزا نہیں دینا چاہیے جو آپ کو آپ کے حقوق کے بارے میں بتا سکتے ہیں اور شکایات درج کرنے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔
- ۰ کام کی جگہ سے آپ کے ملک میں گھر تک نقل و حمل، رہائش، اور کھانے کے اخراجات فراہم کرنا یا ادا کرنا چاہیے، جب آپ اپنے کام کے معابدے میں درج مدت کو پورا کر لیں۔

- ۰ آپ کو کام کے معابدے میں درج کم از کم  $\frac{3}{2}$  کام کے دنوں کے لیے کام کی پیکش کرنا چاہیے، یا ان گھنٹوں کے عوض بھی ادا میگی کرنی چاہیے جن کے دوراں کام کی پیکش نہیں کی گئی۔

#### انجک-۲: بی عارضی غیر زرعی کار کوں کے لیے:

آپ کے آجر کو چاہیے کہ:

- ۰ آپ کو ایک تحریر کام کا آرڈر یا معابدہ فراہم کیا جائے جو آپ کی سمجھ میں آنے والی زبان میں ہو۔ اس میں آپ کی تجوہ، نوکری کی مدت، کام کے اوقات، آجر کی طرف سے رضا کارانہ طور پر فراہم کر دہ فوائد (جیسے نقل و حمل، رہائش اور کھانا یا کھانا پاکنے کی سہولیات)، اور آپ کی تجوہ سے کوئی بھی کی تفصیلات شامل ہوئی چاہیں۔

- ۰ اگر آپ اپنے کام کے معابدے میں درج مدت کو پورا کر لیں یا آجر آپ کو نوکری کی مدت ختم ہونے سے پہلے نوکری سے ہنادے، تو کام کی جگہ سے آپ کے ملک میں گھر تک نقل و حمل، رہائش، اور کھانے کے اخراجات ادا کرنا چاہیے۔

#### جے-۱: پیچھے ورثو زیرا

- ۰ آپ کا دستخط شدہ فارم ڈی ایس-۲۰۱۹-آپ کے پروگرام کی تاریخوں، پروگرام کی نو عیت، آپ کے سپانسر کا نام، اور جہاں آپ کا ایکچھ پروگرام ہو گا، کی وضاحت کرتا ہے۔ آپ کے سپانسر کو آپ کے پروگرام کے دوران فارم ڈی ایس-۲۰۱۹-کو تازہ ترین معلومات کی مطابق رکھنا چاہیے تاکہ فنڈنگ، سرگرمی کی جگہ، اور پروگرام کی تاریخوں میں کسی بھی تبدلی کو ظاہر کیا جاسکے۔



ٹپ: آپ کے آجڑ کو آپ کو وقت پر تنواہ ادا کرنی چاہیے۔ امریکہ میں عام طور پر ملاز میں کوہر دینے سے بعد تنواہ دی جاتی ہے، حالانکہ آپ کی ادائیگی کا شید و آپ کے کام کے معاملے کے مطابق مختلف ہو سکتا ہے۔

آپ کے سپانسر کو آپ کے ایچیچی پروگرام کے تمام اخراجات، شرائط، اور قواعد کی وضاحت کرنی چاہیے، یہاںوں آپ کے کام کی متفہنہ تحریری تفصیل، آپ کو کتنی تنواہ ملے گی، اور آپ سے کتنے گھنٹے کام کی کمی تو قی کی جاتی ہے (اگر لاؤ گو)۔ اگر آپ کو صحت، حفاظت، یا ہمود سے متعلق فوری خدشات ہیں، تو براہ کرم بجے دیز ایسٹر جنپی ہاتھ لائیں سے رابطہ کریں: ۱-۸۶۳-۲۸۳-۹۰۹۰۔ عام سوالات یا مسائل کے لیے براہ کرم ای میل کریں:

[jvisas@state.gov](mailto:jvisas@state.gov)

آپ کے سپانسر کو یہ یقینی بناتا چاہیے کہ آپ کے پاس طی، وطن و اپنی، اور ہنگامی انخلاکیلے ان شور نس موجود ہے، لیکن انہیں اسے فراہم کرنے یا اس کی ادائیگی کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

### موسم گرم کے دوران پیشہ و رانہ سفر / سرور ک ٹریول

اگر آپ دیز افری ملک سے ہیں اور بغیر نوکری کے امریکہ پہنچے ہیں، تو آپ کے سپانسر کو امریکہ میں ایک ہنپتکی تلاش کے بعد نوکری تلاش کرنے میں مدد فراہم کرنی چاہیے۔ سپانسر کو تمام سرور ک ٹریول شرکاء کو بھی معقول مدد فراہم کرنی چاہیے جو اپنے پروگرام کے دوران نوکری تبدیل کرنا چاہتے ہیں۔ سپانسر کو تمام سرور ک ٹریول پروگرام شرکاء کی ابتدائی اور کسی بھی اضافی نوکری کی بھگپھوں کا جائزہ لیتا اور تصدیق کرنا چاہیے، جیسا کہ پروگرام کے قواعد میں بیان کیا گیا ہے، اس سے پہلے کہ شرکاء کام شروع کر سکیں۔

### زیر تربیت عملیہ یا ائرن یا ٹرینی

آپ کے سپانسر کو آپ کو ایک ٹریننگ / ائرن شپ پلیسمنٹ پلان (فارم ڈی ایس-۰۰۰۲) فراہم کرنا چاہیے جس میں آپ کی آمدی کی تحریری تفصیل اور پروگرام کے ترینی ابادف کا خاصہ شامل ہو۔ آپ کو ہنپتے میں کم از کم ۳۲ گھنٹے کام مانا چاہیے۔

آپ کے سپانسر کو آپ کو ایک تحریری بیان فراہم کرنا چاہیے جس میں آپ کو ادا کرنے والے اخراجات اور فیز، اور امریکہ میں رہنے کے اخراجات کا تجھیہ شامل ہو۔

آپ کے سپانسر کو یہ یقینی بناتا چاہیے کہ آپ کے پاس طی، ہنگامی انخلا، اور وطن و اپنی ان شور نس موجود ہے، لیکن انہیں اسے فراہم کرنے یا ادا کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔



### مگہد اشت پر مامور معاون یا او ہیز:

آپ کے میزبان خاندان کو آپ کو پوست سینٹری ادارے میں کلاسز کے لیے اندر اج کرنے اور ان کلاسز میں شرکت کرنے میں مدد فراہم کرنی چاہیے اور ان کلاسز کے اخراجات کے لیے ۵۰۰ روپے کرننا چاہیے۔ اگر آپ ایڈوکیٹ اور ہیز ہیں، یعنی ایسے معاون جو تقاضی اور عام مگہد اشت مہیا کرے، تو آپ کے میزبان خاندان کو ان کلاسز کے اخراجات کے لیے ۱۰۰۰ روپے کرننا چاہیے۔

آپ کو روزانہ ۱۰ گھنٹے یا بھنٹے میں ۲۵ گھنٹے سے زیادہ کام نہیں کرنا پڑے گا۔ اگر آپ ایڈوکیٹ اور ہیز ہیں، تو آپ کو روزانہ ۱۰ گھنٹے یا بھنٹے میں ۳۰ گھنٹے سے زیادہ کام نہیں کرنا پڑے گا۔

آپ کے مقامی کو نسل کوہ مہینے آپ سے رابطہ کرننا چاہیے اور باقاعدگی سے آپ کے میزبان خاندان کے ساتھ رابطہ رکھنا چاہیے۔

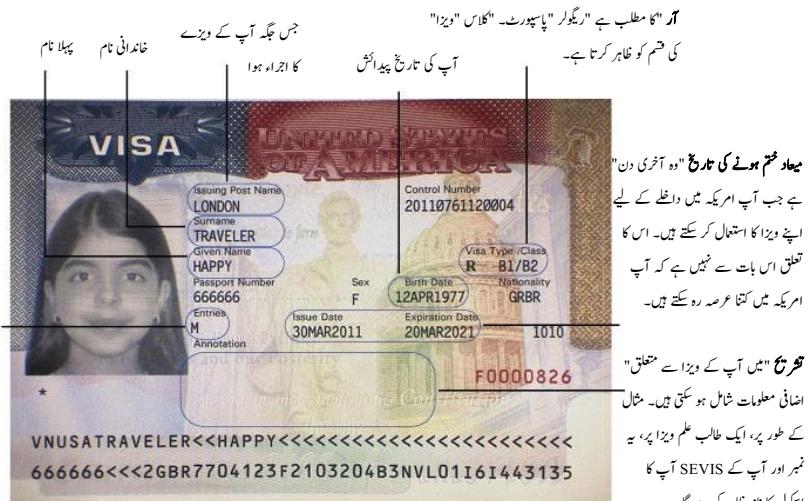
### آپ کا غیر امیگرنٹ ویزا

غیر امیگرنٹ ویزا ایک امریکی سرکاری دستاویز ہے جو لوگوں کو امریکہ آنے کی اجازت دیتا ہے، جیسے کام کرنے، تعلیم حاصل کرنے، یا ثقافتی تبادلہ پر گرام میں شامل ہونے کے لیے۔ آپ کو امریکی سفارت خانے یا قنصل خانے سے ویزا کے لیے درخواست دینی ہو گی (نوٹ: کینیڈین شہری جسے احیثیت کے لیے داخلے کی درخواست داخلے کی امریکی سرحد پر دیتے ہیں)۔ ایک بار ویزا ملے کے بعد، آپ امریکہ سفر کر سکتے ہیں اور داخلے کے لیے اسے امریکی امیگرینشن افسر ("سی بی پی افسر") کو دکھانکتے ہیں۔ اگر آپ کا ویزے کی مدت ختم ہو جاتی ہے، تو آپ کو امریکہ واپس آنے سے پہلے یا ویزے حاصل کرنا ہو گا۔ ویزا درخواست کے عمل اور آپ کے امریکی ویزا کے بارے میں مزید تفصیلات کے لیے درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں:

[usvisas.state.gov](http://usvisas.state.gov)

جب سی بی پی افسر آپ کو امریکہ میں داخل کرتا ہے، تو فارم آئی۔ ۱۹۲۱ ایکٹ ایک طور پر تیار کیا جائے گا (کبھی کبھی یہ کاغذی دستاویز بھی ہو سکتا ہے)۔ فارم آئی۔ ۱۹۲۱ کے داخلے کی تاریخ ویزا کی نوعیت اور وہ تاریخ درج کرے گا جس تک آپ کو امریکہ چھوڑنا ہو گا۔ قانونی طور پر رہنے کے لیے آپ کو "داخلے کی تاریخ" سے پہلے امریکہ چھوڑنا ہو گا، جب تک کہ آپ یا ایس سٹیشن شپ ایڈوکیٹ ایشن سروسز (یا ایس سی آئی ایس) کے ساتھ قیام کی تو سچ کے لیے درخواست نہ دیں۔ آپ پہنچ آئی۔ ۱۹۲۱ کا درج ذیل ویب سائٹ پر جیک کر سکتے ہیں:

<http://i94.cpb.dhs.gov>



اگر "کام" کا مطلب ہے کہ  
آپ امریکہ میں مدد بادر  
داخل کے لئے درخواست  
دے سکتے ہیں۔ اگر یہاں  
کوئی نمبر درج ہے، تو آپ  
اسنے ہی بار داخل کے لئے  
درخواست دے سکتے ہیں۔

**انسانی اسکنگ**  
انسانی اسکنگ، جسے افراد کی اسکنگ کے نام سے بھی جانا جاتا ہے، ایک ٹکین جرم ہے جس میں لوگ زور زبرد تھی، دھوکہ دی، یا جہر کا استعمال کرتے ہیں تاکہ کسی دوسرے شخص کو مزدوری یا خدمات فراہم کرنے پر مجبور کیا جاسکے، یا کسی تجارتی جنی عمل میں شامل کیا جاسکے۔ اگر اسال سے کم عمر کا کوئی شخص کسی تجارتی جنی عمل میں شامل ہو، تو یہ انسانی اسکنگ سمجھا جاتا ہے چاہے زور، دھوکہ دی، یا جہر کا استعمال نہ بھی کیا گیا ہو۔ تجارتی جنی عمل کا مطلب ہے کہ جنی عمل کے بد لے کسی بھی چیز کی قدر (جیسے رہائش، تختی، کھانا، پیسہ) کا تبادلہ کیا جائے۔

قوی انسد اور انسانی اسکنگ ہات لائے ضروری خدمات اور مقامی مدد کے لئے رہنمائی فراہم کر سکتی ہے۔ اگر آپ یا آپ کا کوئی جانے والا درج ذیل میں سے کسی ایک یا زیادہ صورتحال کا سامنا کر رہا ہو، تو یہ انسد اور انسانی اسکنگ ہات لائے سے ۰۳۷۸۸-۸۸۸۰-۱ پر رابطہ کریں:

### دھمکا یا جاتا یا خوف

کوئی بھی دھمکیں، خوف، اور دیگر قسم کے دباو کا استعمال کر کے آپ یا دوسروں کو یہ محسوس نہیں کرو سکتا کہ وہ جانے کی کوشش کرنے سے ڈریں۔ مثال کے طور پر:

۰۰ آپ یا دوسروں کو مارنا، جسمانی طور پر نقصان پہنچانا، یا جنی طور پر زیادتی کرنا۔

۰۰ آپ یا دوسروں کو نقصان پہنچانے یا زیادتی کرنے کی دھمکی دینا۔

۰۰ آپ کو اپنے کام یا رہائش سے جانے سے روکنا۔

۰۰ آپ یا آپ کی دیکھ بھال کرنے والے کسی شخص کی دو ایسوس تک رسائی کو روکنایا منع کرنا، کسی بھی وجہ سے۔

۰ اگر آپ بد سلوکی کی شکایت کریں، صور تحال کی رپورٹ کریں، یاد د طلب کریں، تو آپ یا آپ کے خاندان کو نقصان پہنچانے، ملک بدر کرنے، یا  
گرفتار کرنے کی دھمکی دینا۔

۰ جن لوگوں نے جانے، شکایت کرنے، صور تحال کی رپورٹ کرنے، یاد د حاصل کرنے کی کوشش کی ہے، انہیں نقصان پہنچانا۔ یا  
لوگوں کو بیک لست کرنے کی دھمکی دینا تاکہ وہ دوبارہ امریکہ میں کام نہ کر سکیں۔

### قرض ادا کرنے کے لیے کچھ کرنے پر مجبور کیا جانا

کوئی شخص آپ کو مزدوری، خدمات، یاتھارتی جنسی عمل فراہم کرنے یا جاری رکھنے پر مجبور نہیں کر سکتا، یا آپ کو جانے سے نہیں روک سکتا۔ کوئی شخص  
آپ کا قرض اپاک تبدیل نہیں کر سکتا تاکہ اسے ادا کرنا آپ کے لیے مشکل ہو جائے، یا آپ کو یہ سوچنے پر مجبور نہیں کر سکتا تاکہ آپ کو قرض ادا ہونے  
تک کام کرتے رہنا ہو گا۔ مثال کے طور پر:

۰ یہ کہنا کہ آپ پر ایک بہت بڑی رقم قرض ہے جو معمول وقت میں ادا کرنا مشکل ہے۔

۰ یہ دعویٰ کرنا کہ آپ پر اس سے زیادہ رقم قرض ہے جس پر آپ نے اتفاق کیا تھا، یا ان چیزوں کے بدلے جس پر آپ نے پہلے اتفاق نہیں کیا تھا۔

۰ نقل و حمل، رہائش، کھانے، اور دیگر اخراجات کے لیے اجرت شامل کرنا جن پر آپ نے پہلے اتفاق نہیں کیا تھا۔ اور

۰ قواعد توڑنے، کافی کافی نہ کرنے، یا کافی مزدوری، خدمات، یاتھارتی جنسی عمل نہ کرنے پر اجرت، جرمانے، یا سزا میں شامل کرنا۔

ٹپ: اپنے آجر کی طرف سے کیے گئے کسی بھی نامناسب تجربے اور / یا کارروائی کی تفصیل تحریری ریکارڈر کھیں، اور اس کے ساتھ کسی بھی مکانہ گواہان کے نام اور فون نمبر لکھ  
لیں۔

### نوکری چھوڑنے، آواز اٹھانے، یاد د مانگنے سے روکا جانا

لوگ آپ یاد د سروں کو نوکری چھوڑنے، آواز اٹھانے، یاد د حاصل کرنے سے نہیں روک سکتے۔ مثالیں شامل ہیں: یہ کہنا کہ آپ کام کی جگہ نہیں چھوڑ  
سکتے، یا جب آپ کام نہیں کر رہے ہوتے تو آپ کی نقل و حركت کی آزادی کو محدود کرنا۔

۰ آپ کو ہمیشہ اپنے پاس پورٹ، دیز، پیدا نئی سریکیٹ، یاد د گر شاختی دستاویزات تک رسائی ہونی چاہیے۔ کسی کو بھی یہ چیزیں آپ سے لینے کا کوئی  
اختیار نہیں ہے۔

۰ جب آپ کو ضرورت ہو تو آپ کے پاس مناسب کھانا، آرام، نیند، یا لبی مدد موجود ہونی چاہیے۔ کسی کو بھی ان چیزوں کو محدود نہیں کرنا چاہیے۔ اور

۰ آپ کو اپنے خاندان، کام پر موجود دیگر لوگوں، گاہوں، یا کسی اور سے بات کرنے کی آزادی ہونی چاہیے جیسے قانونی یا سماجی خدمات کے کارکن۔ کسی کو  
بھی آپ کو آزادانہ بات چیت کرنے سے نہیں روکنا چاہیے یا آپ کی باتوں کی نگرانی نہیں کرنی چاہیے۔

### آپ سے غلط بیانی

کوئی بھی آپ سے جھوٹ بول کر یاد ہو کر دے کر آپ سے کام یا تجارتی جنسی عمل نہیں کرو سکتا۔ جھوٹ اور دھوکے کی مثالیں شامل ہیں:  
 مکام کی نوعیت، کام کے اوقات، کام کے حالات، رہائشی حالات، یا تختوہ کے بارے میں جھوٹے وعدے کرنا۔  
 آپ سے وعدے سے کہیں زیادہ گھنٹے کام کروانا، بدتر حالات میں کام کروانا، یا کام تختوہ دینا۔  
 آپ کو بہتانا کہ آپ کے کوئی حقوق نہیں ہیں۔

۰ آپ کو یہ بتانا کہ اگر آپ جانے کی کوشش کریں گے یا بد مانگیں تو آپ کی بات نہیں مانی جائے گی یا آپ کو ملک بدر کر دیا جائے گا۔ یا آں کو اسے آج ہار چک کر کنوں کے بارے میں جھوٹ ہونے کو ہے۔

• جھوٹے وعدوں میں، مثال کے طور پر، یہ کہنا کہ آپ کو ایک ہر مرد نہ س کی نوکری ملے گی، لیکن پھر آپ سے نرٹگ ہوم کی صفائی کروانا۔ یا یہ کہنا کہ آپ پچوں کی گھبڈاشت کے لئے آپا بھیں گی اور پھر آپ سے جیجنار قصہ یا تجارتی جنی عمل کروانا۔

کیا آپ کا آجر آپ کو بد سلوکی کی رپورٹ کرنے پر ملک بدر کر سکتا ہے؟

بد سلوکی یا زیادتی کی رپورٹ کرنے والے لوگوں کی حفاظت کے لیے مخصوص پروگرام موجود ہیں۔ یہ پروگرام آپ کو امریکہ میں رہنے کی اجازت دے سکتے ہیں جا ہے آپ اپنے آجر کو چھوڑ دیں۔ آپ کو مدد طلب کرنے سے نہیں ڈرنا چاہیے جا ہے آپ کو ایمگریشن کے حوالے سے خدشات ہوں۔ قوی انسانی اسٹاک ہات لائئن سے 1-888-343-7888 پر کال کریں تاکہ آپ اپنے اختیارات کو سمجھ سکیں۔ قوی انسانی اسٹاک ہات لائے حکومت یا قانون نافذ کرنے والے اداروں کے زیر انتظام کام نہیں کرتی۔



شہر: ایک بار جب آپ امریکہ پہنچ گئیں، تو اپنا پاسپورٹ اور دیگر سفری دستاویزات ایک محفوظ جگہ پر رکھیں جیسا آپ ہر وقت ان تک رسائی حاصل کر سکتیں۔ آپ کے آج کا آپ کا پاسپورٹ لیما ناچیز قانونی ہے۔

## مندرجہ ذیل کے بارے میں مزید معلومات کے لیے:

ویزادرخواست کے عمل اور آپ کے امریکی ویزا کے لیے: [usvisas.state.gov](http://usvisas.state.gov)

انسانی اسکنگ کے بارے میں: [www.state.gov/j/tip](http://www.state.gov/j/tip)

بے-اویزا کی پیشہ ورث پروگرام کے بارے میں: [j1visa.state.gov](http://j1visa.state.gov)

مساوات، اور کام کی جگہ پر آپ کے حقوق کے آپ کو نسل، رنگ، مذہب، جنس (حمل سمیت)، قومیت، عمر (۲۰ یا اس سے زیادہ)، مخدوشی یا جنینہ بک معلومات کی بنیاد پر امتیازی سلوک سے آزاد رہیں، اور امتیازی سلوک کی شکایت درج کرنے کے لیے: [www.eeoc.gov](http://www.eeoc.gov)

آپ کے کام کی جگہ کی حفاظت کے حقوق، یا اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کا کام غیر محفوظ ہے اور آپ معافی کی درخواست کرنا چاہتے ہیں: [www.osha.gov](http://www.osha.gov)

بے جانش کے لیے کہ آیا آپ کے آجر کی طرف سے آپ کی غیر اشدمہ تنخواہ وصول کی گئی ہے: [webapps.dol.gov/wow](http://webapps.dol.gov/wow)

آپ کے منصافتہ تنخواہ پانے کے حقوق: [www.dol.gov/WHD/immigration](http://www.dol.gov/WHD/immigration)

تنخواہ کی شکایت درج کرنے کا طریقہ:

<https://www.dol.gov/agencies/whd/contact/complaints>

آپ کا حق کہ آپ کو شہریت کی بنیاد پر امتیازی سلوک کا سامنا ہو، اور امتیازی سلوک کی شکایت درج کرنے کا طریقہ:

[www.justice.gov/crt/filing-charge](http://www.justice.gov/crt/filing-charge)

ویگر کار کنوں کے ساتھ مل کر اپنی تنخواہ یا کام کی حالات کو بہتر بنانے کا حق، بیشول شکایت درج کرنے کا طریقہ:

[www.nlrb.gov](http://www.nlrb.gov)

صحیت انسورنس کے لیے آپ کے حقوق، ذمہ داریاں، اور مستثنیات:

اگر یورپی زبان کیلئے اور [localhelp.healthcare.gov](http://localhelp.healthcare.gov)

اپناؤی زبان کیلئے [ayudalocal.cuidadodesalud.gov](http://ayudalocal.cuidadodesalud.gov)

اگر آپ کسی جرم کا شکار ہیں تو آپ کے حقوق جرم کے متاثرین کے حقوق کا قانون:

<https://www.justice.gov/criminal/criminal-vns/victim-rightsderechos-de-las-v-ctimas>

آئی-194: <https://i94.cbp.dhs.gov/>

ملکہ آجر کی درخواست کی حیثیت، یا ایس سی آئی ایس کیس کی حیثیت آن لائن: <https://egov.uscis.gov>

انسانی اسکنگ کے بارے میں یا ایس سی آئی ایس کے وسائل:

<https://www.dhs.gov/blue-campaign/resources-availablevictims>

<https://www.uscis.gov/humanitarian/victims-of-humantrafficking-and-other-crimes>

بیانیں سی آئی ایم کے پروگرام جو کارکنوں کو امیگریشن فوائد فراہم کرتے ہیں، جیسے اُنی اور یو غیر امیگریشن میثیت:

<https://www.uscis.gov/humanitarian/victims-of-humantrafficking-and-other-crimes>

اگر اسکنگ کے خدشات ہوں، تو پناہ گزین فوائد اور کیس میجنت خدمات کے لیے، آفس آن ٹرینک ان پر سز (اوٹی آئی پی) سے رابطہ کریں:

<https://www.acf.hhs.gov/otip/victimassistance/childeligibility-letters>

<https://www.acf.hhs.gov/otip/victim-assistancecertification>

عام مہاجر کارکنوں کے سوالات اور سائل کے لیے (8 زبانوں میں  
دستیاب، بیشول اگریزی، ہسپانوی، عربی، چینی، پیشمن کریول، پرچال،  
ویتنامی، اور یو چالوگ):  
[MigrantWorker.gov](https://MigrantWorker.gov)؛  
یا [TrabajadorMigrante.gov](https://TrabajadorMigrante.gov) پر جائیں۔



U.S. DEPARTMENT *of* STATE

ٹپ: یہ ایک اچھا نیاں ہے کہ آپ اپنے کام کے تمام اوقات کا تحریری ریکارڈ رکھیں۔ ایک نوٹ بک حاصل کریں اور اس میں تمام دن اور گھنٹے رکھیں جو آپ نے کام کیا، آپ کو کتنی تجوہ ملے، آپ کو ایسی کی تاریخیں، آپ کی تجوہ سے لی گئی کوئی تیاریاں، اور ان کوئی تیاریاں کی وجوہات۔

### ہفتہ وار کام کے جدول کا نمونہ

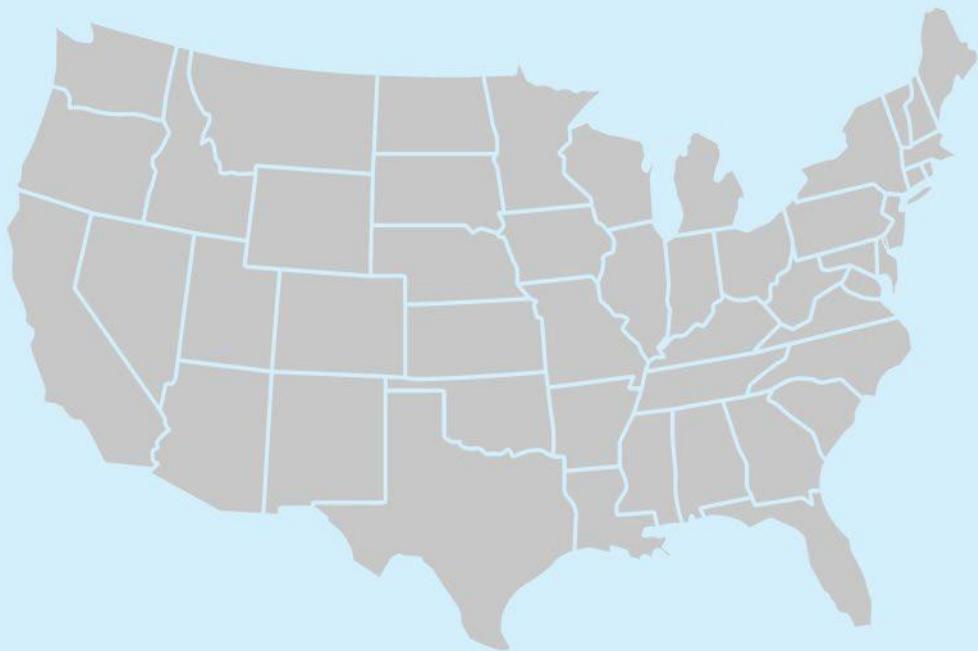
ملزام:	تاریخ:	سرگرمیاں:	اوقات کا نام:	ادیگی:	گران:
			آمد:		
			رخصت:		
			کل گھنٹے:		

ملزام:	تاریخ:	سرگرمیاں:	اوقات کا نام:	ادیگی:	گران:
			آمد:		
			رخصت:		
			کل گھنٹے:		

ملزام:	تاریخ:	سرگرمیاں:	اوقات کا نام:	ادیگی:	گران:
			آمد:		
			رخصت:		
			کل گھنٹے:		



# THE UNITED STATES *of* AMERICA



اس پھلغٹ کا آن لائن ورثان اور اس کے ساتھ والی ویڈیو دیکھنے کے لیے،  
اپنے اس اسٹریٹ فون کیمرے سے اس کیڈ آر کوڈ کو سکیلن کریں، اور ظاہر ہونے  
والے انک کو کھولیں:



U.S. DEPARTMENT *of* STATE

یہ پھلغٹ ویڈیو اور فون کیمرے کو دیکھنے کی ایک آئندھیانی ایکٹ ۲۰۰۸ء، پیک لام، ۲۰۰۸-۲۰۲۱ء کے میکن ۲۰۲۲ کے تحت تیار کیا گیا ہے۔